



★ファイトフィット大門浜松町 5月時間割★

【営業時間】平日 7:00~23:00(火曜7:00~22:00) 土曜 13:00~18:00 日曜 13:00~18:00(年中無休)

【クラス難易度】★初心者向け ★★中級者向け ★★★上級者向け

【クラス強度】♥運動不足の方 ♥♥心拍数を上げたい方 ♥♥♥選手向け

【クラス分類】 ■ボクシング ■キックボクシング ■柔術・寝技 ■総合格闘技 ■その他 ■無料体験

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜		
	7:00open 7:10start					※祝日の営業時間のお知らせ 5/5(月)7時~18時 5/6(火)7時~18時			
7	キックボクシング (モーニング) 石戸谷 隆幸 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (モーニング) 安田 高久 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (モーニング) TOMO 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング (モーニング) 鳴海 秀哉 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (モーニング) 佐々木 康博 難易度★強度▼ミット1R			7	
8	キックボクシング (初心者) 石戸谷 隆幸 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (初心者) 【無料体験】 安田 高久 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(ダイエツ) (コンビネーションミット) TOMO 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング (コンビネーションミット) 鳴海 秀哉 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング (ダイエツ) 佐々木 康博 難易度★強度▼ミット1R			8	
9	キックボクシング 【無料体験限定】 石戸谷 隆幸 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (コンビネーションミット) 安田 高久 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング 【無料体験限定】 TOMO 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング 【無料体験限定】 鳴海 秀哉 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (コンビネーションミット) 佐々木 康博 難易度★強度▼ミット無し			9	
10	キックボクシング (初心者) 石戸谷 隆幸 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (ダイエツ) 安田 高久 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (コンビネーションミット) TOMO 難易度★強度▼ミット無し	ノギ柔術 (初心者) 鳴海 秀哉 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング 【無料体験限定】 佐々木 康博 難易度★強度▼ミット1R			10	
11	キックボクシング (ダイエツ) 石戸谷 隆幸 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング (初心者) 【無料体験】 安田 高久 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (初心者) 【無料体験】 TOMO 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング(ダイエツ) 【無料体験】 鳴海 秀哉 難易度★強度▼ミット1R	フリートレーニング (インストラクター不在)			11	
12	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)			12	
	13:00open 13:10start								
13	キックボクシング (初心者) 【無料体験】 石戸谷 隆幸 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (初心者) 【無料体験】 原田 聖也 難易度★強度▼ミット1R	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	キックボクシング (初心者) 石戸谷 隆幸 難易度★強度▼ミット1R		キックボクシング 【無料体験限定】 池端 孝夫 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング 【無料体験限定】 原田 聖也 難易度★強度▼ミット1R	13
14	キックボクシング (ダイエツ) 石戸谷 隆幸 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング (ダイエツ) 原田 聖也 難易度★強度▼ミット1R	フリートレーニング (インストラクター不在)	キックボクシング (初心者) 【無料体験】 TOMO 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (ダイエツ) 石戸谷 隆幸 難易度★強度▼ミット1R		キックボクシング (初心者) 池端 孝夫 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (初心者) 原田 聖也 難易度★強度▼ミット1R	14
15	キックボクシング 【無料体験限定】 石戸谷 隆幸 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (初心者) 原田 聖也 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング (ダイエツ) 杉山 功一 難易度★強度▼ミット1R	フィジカルトレーニング (初心者) TOMO 難易度★強度▼	キックボクシング 【無料体験限定】 石戸谷 隆幸 難易度★強度▼ミット1R		キックボクシング (コンビネーションミット) 池端 孝夫 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (コンビネーションミット) 原田 聖也 難易度★強度▼ミット1R	15
16	キックボクシング (初心者) 石戸谷 隆幸 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング 【無料体験限定】 原田 聖也 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング 【無料体験限定】 杉山 功一 難易度★強度▼ミット1R	相撲エクササイズ (初心者) TOMO 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング (初心者) 石戸谷 隆幸 難易度★強度▼ミット1R		キックボクシング (初級予クニツク) 池端 孝夫 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (コンビネーションミット) 原田 聖也 難易度★強度▼ミット1R	16
17	フリートレーニング (インストラクター不在)	キックボクシング (初心者) 原田 聖也 難易度★強度▼ミット1R	フリートレーニング (インストラクター不在)	キックボクシング 【無料体験限定】 TOMO 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (自主練習&ミットR) 石戸谷 隆幸 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミットR) 池端 孝夫 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミットR) 原田 聖也 難易度★強度▼	17	
18	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	ボクシング (ダイエツ) 杉山 功一 難易度★強度▼ミット1R	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	17:45class ends 18:00close ※無料体験者限定クラスは、一般のクラスは実施しておりませんのでご注意ください。 自主練習は可能です。		18	
19	キックボクシング (コンビネーションミット) 佐々木 康博 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング (初心者) 原田 聖也 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング (ダイエツ) 杉山 功一 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (初心者) 杉本 博文 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (初心者) 杉本 博文 難易度★強度▼ミット1R	※ファイトフィットでは、マンスバーリングを含むバーリングは禁止です。 対人練習を行う場合はインストラクターの管理のもと行ってください。 ※ミット1Rのクラスは、参加人数3人以下の場合のみミットを1R持ちます。 参加人数4人以上の場合はミットは持たせませんのでご了承ください。 また、途中から参加された方のミットは持たない場合がございます。		19	
20	キックボクシング (初心者) 佐々木 康博 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (初心者) 【無料体験】 原田 聖也 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング(初心者) 【無料体験】 杉山 功一 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (ダイエツ) 杉本 博文 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (ダイエツ) 杉本 博文 難易度★強度▼ミット1R			20	
21	ボクシング (有酸素) 佐々木 康博 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング (自主練習&ミットR) 原田 聖也 難易度★強度▼	ボクシング(初心者) 【無料体験】 杉山 功一 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (初心者) 【無料体験】 杉本 博文 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (初心者) 【無料体験】 杉本 博文 難易度★強度▼ミット1R			21	
22	キックボクシング (自主練習&ミットR) 佐々木 康博 難易度★強度▼	21:45class ends 22:00 close		ボクシング (自主練習&ミットR) 杉山 功一 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミットR) 杉本 博文 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミットR) 杉本 博文 難易度★強度▼		22	
23	22:45class ends 23:00 close							23	

ファイトフィット大門浜松町 インストラクター紹介

店舗代表 佐々木康博



1983年12月13日(41)
指導クラス:キックボクシング、ボクシング
指導時間: 月曜18:00~21:00 金曜7:00~11:00
格闘技歴:ボクシング、柔道、柔道、キックボクシング
一言:格闘技で幸せに!

格闘技マニアNO.1



池端孝夫

指導クラス:キックボクシング
指導時間:土曜13:00~18:00
格闘技歴:空手10年 キックボクシング4年
一言:自信のない方、女性、初心者、大歓迎
爽やかに笑って、楽しく参りにします!

安心No.1



TOMO

指導クラス:ボクシング・キックボクシング・ストレッチ
指導時間: 水曜7:00~12:00 木曜14:00~18:00
タイトル:ウエイトリフティング2019年実業団大会優勝2019
ボクシング全日本大会準優勝
一言:ご来店お待ちしております。

実業No.1



杉山 功一

1978年8月25日(40)
指導クラス:ボクシング
指導時間: 水曜13:00~23:00
格闘技歴:ボクシング20年
・タイトル:実業団新人王 準優勝など
一言:格闘技で健康に! 幸せNo.1

実業No.1



安田 高久

1979年1月14日(50)
指導クラス:キックボクシング
指導時間:火曜7時~12時
格闘技歴:キックボクシング4年
一言:格闘技で心身ともに磨き
面白おかしく過ごすきっかけをお手伝いします

格闘No.1



鳴海 秀哉

1994年9月19日(30)
指導クラス:キックボクシング
指導時間: 水曜7:00~12:00
格闘技歴:16年
一言:格闘技で健康に!

格闘技の格闘No.1



杉本 博文

1979年9月21日(45)
指導クラス:ボクシング、キックボクシング
指導時間: 水曜、金曜19:00~23:00
格闘技歴: 相撲、空手、空手道20年
戦績: 大塚空手道体方杯全日本出場4回
タイトル:ワンマン 空手道実業団大会優勝二回二勝二敗
一言:格闘技で健康に!

一龍にトレーニングで戦いNo.1



原田 聖也

2001年11月3日(23)
指導クラス:キックボクシング
指導時間: 火曜日13:00~22:00 日曜13:00~18:00
格闘技歴: 4年
一言:楽しく格闘技しましょう! 楽しさNo.1

楽しNo.1



石戸谷 隆幸

1976年7月22日(48)
指導クラス:キックボクシング、フィジカル
指導時間: 月曜7:00~11:00
格闘技歴:15年 格闘家手、武段
一言:格闘技で健康に! 実業No.1

おめでたNo.1

店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net